

料理名 とよおか秋のフルコース

- ◆長沢りんご団地のりんごを使用した前菜(カナッペ・ピンチョス)
- ◆ぼたんこしょうのペンネアラビアータ ◆大根のポターージュ
- ◆香茸のリゾット ◆秋のフルーツパフェ

【提案者コメント】

昨年、南信州豊丘村に移住し、たくさんの美味しい食にであいました。私が感じた南信州の魅力を味わっていただけたらと感謝の気持ちを入れて料理を考えました。野菜・果物などの食材は地元の農家さんに協力していただき提供されたものです。1つ1つの料理に、豊丘村の野菜・果物の甘さ、優しさが詰まっています。



材料 4人分

【長沢りんご団地のりんごを使用した前菜(カナッペ・ピンチョス)】

りんご	1/4ケ	レタス	少々
クリームチーズ	16g	生ハム	1P
カマンベールチーズ	16g	ミニトマト	8ケ
クラッカー	8枚		
くるみ、はちみつ、ブラックペッパー、オリーブオイル	少々		

【ぼたんこしょうのペンネアラビアータ】

ペンネ	240g	トマト	1kg
玉ネギ	1玉	にんにく	2かけ
ぼたんこしょう	1玉	ベーコン	120g
バジル	4枚	パルメザンチーズ	お好み
オリーブオイル、塩、ホワイトペッパー、ブラックペッパー	少々		

【大根のポターージュ】

大根	200g	玉ネギ	1/2ケ
水	150cc	牛乳	300cc
コンソメ	小さじ2	ベーコン	2枚
バター	10g		
パセリ、塩、ホワイトペッパー、ブラックペッパー	少々		

【香茸のリゾット】

香茸(乾燥)	15g	米	2合
玉ネギ	1/2玉	にんにく	1かけ
白ワイン	100cc	コンソメ	大さじ2
生クリーム	250cc		
オリーブオイル、塩、コショウ	少々		

【秋のフルーツパフェ】

りんご	1/4玉	甘柿	1/2玉
さつまいも(3種類)	60g		
レアチーズ(クリームチーズ)	200g		
ホイップ	60g	ブルーベリージャム	20g
砂糖	10g	コーンフレーク	20g
レモン果汁	5g		

作り方

【長沢りんご団地のりんごを使用した前菜(カナッペ・ピンチョス)】

1. りんごをイチヨウ切にし、塩水につけておく。ミニトマトを横半分になり、間にレタス、生ハム、りんご、クリームチーズを挟みピンでとめる。
2. ①で使用したりんごをカマンベールチーズとともにクラッカーにのせ、はちみつ、Bペッパー、くるみをかける。

【ぼたんこしょうのペンネアラビアータ】

1. フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ香りがでてきたところで湯むきにしたトマトを入れ煮込む。塩コショウで味をととのえトマトソースを作る。
2. たっぷりのお湯で(約1.5ℓに塩大さじ1)ペンネをゆがく。フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ香りがでて、ベーコンをこんがり焼いたところに①のトマトソース、ぼたんこしょうを入れ、味をととのえ、ゆがいたペンネをあえ、バジルののせる。

【大根のポターージュ】

1. 大根を一度米のとぎ汁と一緒に煮る。鍋にバター、玉ネギを入れ玉ネギがアメ色になるまで炒める。
2. 玉ネギがアメ色になったら下茹しておいた大根を加え、水、コンソメ、塩で煮込む。
3. ②の粗熱がとれるとミキサーにかけ(水分が足りない場合は牛乳)再度、火にかけ味をととのえる。
4. 盛り付け時にカリカリに焼いたベーコン、パセリをのせる。

【香茸のリゾット】

1. ボウルに乾燥香茸、水400ccを入れ30～60分もどす。しっかり水気をきり、香茸、もどし汁でわける。
2. みじん切りした玉ネギ、ニンニクを炒め、香りがでてきたら米を加える。米が半透明になるまで炒める。
3. ②に白ワインを入れ、ひと煮立ちさせ、香茸、残りの水、コンソメを加煮込む。様子をみながら途中でもどし汁を加え、最後はフライパンをゆすりながら(混ぜない)フタをして米がよい固さになれば生クリームを加え、できあがり。

1. 【秋のフルーツパフェ】

1. りんご、柿をスライスしてコンポートにする。(それぞれ、砂糖+水のシロップ)
2. プで煮る。最後にレモン果汁をひとふり) さつまいも(紅はるか、黄金千貫、星きり)を1/4スライス、3/4サイコロに切る。スライスしたさつまいもをオーブントースターで焼く。サイコロ状に
3. 切ったさつまいもはゆがいてから砂糖と水(シロップ)でからめる。ホイップ→コーンフレーク→ホイップ→レアチーズケーキ→①②のフルーツを飾り、コンポート液をかけできあがり。(グラスに順に入れる)